



中國香港體操總會

主辦

康樂及文化事務署

資助

2006 年全港技巧體操公開賽 章程

日期：2006 年 5 月 7 日(星期日)

時間：下午一時至六時

地點：蕙荃體育館

目的：促進及推廣香港技巧體操之發展，提高運動技術水平。

比賽項目：男子雙人、女子雙人、混合雙人、女子三人、男子四人

套路：整套動作要有六個技巧體操專項動作：
四個平衡：每一 Row 可選擇一個或以上的動作，至少要在兩個不同的 Row 選擇動作。過渡造型必須由一個 3 秒的靜止造型過渡到另一個 3 秒的靜止造型才計算難度分。
兩個拋接：每一 Row 只能選擇一個動作，至少要有一個空中接住同伴的動作。
四個單人動作：(兩個第一類；兩個第二類。)
所有動作必須在附頁之動作表中選擇。全套動作須於 2 分 30 秒內完成，並要配合音樂與舞蹈。

獎項：每項目均設冠、亞、季軍，前六名頒發證書。
(每項目參賽隊伍若不足兩隊，將不記名次，但頒發成績證書。)

評分標準：技術分 10 分及藝術分 10 分，參考國際賽例標準評分；難度分值由本會技巧體操技術委員會評定。

服裝：參賽運動員須穿著合適的體操衣。

報名費用：雙人項目 \$60 元、女子三人 \$90、男子四人 \$120 元

報名方法：填妥報名表格及比賽卡，連同(報名費)劃線支票抬頭「中國香港體操總會」及 \$1.4 回郵信封，郵寄或逕交銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓 1002 室。(每名運動員只可以參加一個技巧項目的比賽。)

截止報名日期：2006 年 4 月 18 日 (郵寄報名須於 4 月 18 日前到達體操總會，逾期恕不受理。)

查詢：中國香港體操總會 電話: 2504 8233 傳真: 2882 8590
電郵: mail@gahk.org.hk 網址: www.gahk.org.hk

備註：
1. 所有領隊或教練須出席 4 月 28 日下午 7 至 9 時舉行之領隊會議(地點待定)，會議內容包括：抽籤比賽次序、核對參賽隊伍所遞交之比賽卡及公佈比賽注意事項。已遞交比賽卡之動作，將不接受任何更改申請。
2. 運動員在比賽時的專項動作及單人動作，與遞交比賽卡的動作不同，該動作之難度分將不獲計算；不計算專門要求，每少一個動作扣 1 分。
3. 所有動作的表演必須按表演的順序填寫。動作圖請於本會網站 www.gahk.org.hk 下載。
4. 單人動作的表演須與同伴同時進行，動作可以不相同，但必須註明。
5. 比賽卡必須貼上動作圖像，標明表碼及難度分，請參考比賽卡樣版。
6. 難辨認之比賽卡將被退回，並扣遞交比賽卡 0.3 分。
7. 動作圖解與文字有出入，以文字說明為準。
8. 所有參賽運動員可於上午 10 時 30 到場進行熱身並必須於中午 12 時前向大會報到。
9. 參賽音樂須錄製於聲帶 A 面或 CD 第一首，並寫上參賽者的姓名、項目、組別。須於報到時繳交(中午 12 時前)；逾時遞交之隊伍將會被扣分 0.5。
10. 本賽事將不設上訴。

【本會對本章程有最終解釋權。】



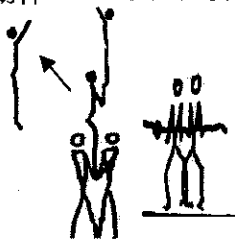
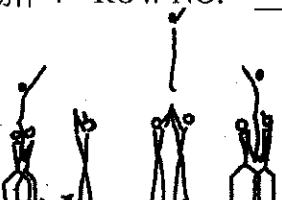

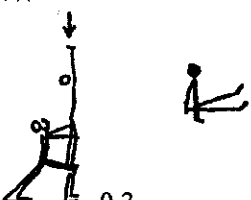
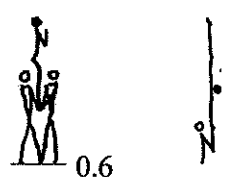
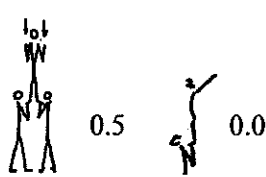
樣版

2006 年全港技巧體操公開賽—比賽卡

參加的項目： 男子雙人 女子雙人 混合雙人
 女子三人 男子四人

參加者姓名： XXX XXX XXX XXX

教練姓名： XXX 電話： XXXXXXXX

<p>動作 1—ROW NO. : <u> 1 </u> Top table : <u> 2 </u></p>  <p>0.1 0.7 =0.8</p>	<p>動作 2—ROW NO. : <u> </u> Top table : <u> </u> No.C6 一字馬--下面人及中間第一人</p>  <p>0.1 No.C11 銳角支撐— 中間第二人及上面人</p> <p>0.5 四人分數相加=1.2</p>
<p>動作 3—ROW NO. : <u> 1 </u> Top table : <u> </u></p>  <p>=0.7</p>	<p>動作 4—ROW NO. : <u> 2 </u> Top table : <u> </u></p>  <p>=0.4</p>
<p>動作 5—ROW NO. : <u> </u> Top table : <u> </u> No.C12 曲臂前水平—上、中一、中二、下面人</p>  <p>0.5 四人分數相加=2.0</p>	<p>動作 6—ROW NO. : <u> 2 </u> Top table : <u> 1 </u></p>  <p>0.3 0.1 =0.4</p>
<p>動作 7—ROW NO. : <u> 1 </u> Top table : <u> 1 </u></p>  <p>0.6 0.4 =1.0</p>	<p>動作 8—ROW NO. : <u> </u> Top table : <u> </u></p> <p>T3 前滾翻接頭手翻 0.1—下面人及中一 T6 內轉接後手翻 0.2—上面人及中二 四人分數相加=0.6</p>
<p>動作 9—ROW NO. : <u> 1 </u> Top table : <u> 1 </u></p>  <p>0.5 0.0 =0.5</p>	<p>動作 10—ROW NO. : <u> </u> Top table : <u> </u></p> <p>T7 內轉接後空翻 (直體) 0.4--上面人及中二 T10 前手翻接前空翻 (團身) 0.4—中一 T9 內轉接側空翻 0.4—下面人 四人分數相加=1.2</p>

註：剪貼圖像於比賽卡上，單人動作第二類只須貼上文字，標明表碼及分數，計算總分並簽署。

專項動作總難度分：0.8+0.7+0.4+0.4+1.0+0.5 單人動作總難度分：1.2+2.0+0.6+1.2 除 4 人=1.25

(計算：單人動作數量的總分除以同伴數量)

總難度起評分： 5.05

教練簽署： 陳大勝

2006 年全港技巧體操公開賽--報名表格

參加的項目： 男子雙人 女子雙人 混合雙人
 女子三人 男子四人

參加者資料

參加者 1 姓名 (中文): _____ (英文) _____ 年齡: ____ 身份証編號: _____ 出生日期: _____ 年 ____ 月 ____ 日 電話: (日間) _____ / (手提) _____ 聯絡地址: _____	近照
參加者 1 姓名 (中文): _____ (英文) _____ 年齡: ____ 身份証編號: _____ 出生日期: _____ 年 ____ 月 ____ 日 電話: (日間) _____ / (手提) _____ 聯絡地址: _____	近照
參加者 1 姓名 (中文): _____ (英文) _____ 年齡: ____ 身份証編號: _____ 出生日期: _____ 年 ____ 月 ____ 日 電話: (日間) _____ / (手提) _____ 聯絡地址: _____	近照
參加者 1 姓名 (中文): _____ (英文) _____ 年齡: ____ 身份証編號: _____ 出生日期: _____ 年 ____ 月 ____ 日 電話: (日間) _____ / (手提) _____ 聯絡地址: _____	近照

教練及學校資料

學校/機構: _____ 學校蓋章: _____

教練姓名: _____ 電話: _____

聯絡地址: _____

註:

1. 各參加者必須填寫「運動員、家長或監護人聲明」，未滿十八歲之參加者須由家長填寫，並需於報名時一併遞交。
2. 資料不足或欠缺相片，恕不受理。
3. 如有需要，請自行影印表格。
4. 每張報名表只可填寫一隊，不同隊伍及組別請另表填寫。

2006 年全港技巧體操公開賽
運動員、#家長或監護人聲明

(1) 運動員姓名： _____

我聲明： _____ (參加者姓名) 的健康及體能良好，適宜參加上述活動，如申請人因他/她的疏忽或體能欠佳，而引致於參加這個活動時傷亡，主辦機構無須負責。如果小兒/小女在活動期間發生任何意外，本人授權總會全權決定是否送小兒到醫院接受治療。貴會無須就小兒/小女的人身傷害及其他一切損失負上任何責任。

運動員簽署： _____ #家長簽署： _____

日 期： _____ #家長姓名： _____

(2) 運動員姓名： _____

我聲明： _____ (參加者姓名) 的健康及體能良好，適宜參加上述活動，如申請人因他/她的疏忽或體能欠佳，而引致於參加這個活動時傷亡，主辦機構無須負責。如果小兒/小女在活動期間發生任何意外，本人授權總會全權決定是否送小兒到醫院接受治療。貴會無須就小兒/小女的人身傷害及其他一切損失負上任何責任。

運動員簽署： _____ #家長簽署： _____

日 期： _____ #家長姓名： _____

(3) 運動員姓名： _____

我聲明： _____ (參加者姓名) 的健康及體能良好，適宜參加上述活動，如申請人因他/她的疏忽或體能欠佳，而引致於參加這個活動時傷亡，主辦機構無須負責。如果小兒/小女在活動期間發生任何意外，本人授權總會全權決定是否送小兒到醫院接受治療。貴會無須就小兒/小女的人身傷害及其他一切損失負上任何責任。

運動員簽署： _____ #家長簽署： _____

日 期： _____ #家長姓名： _____

(4) 運動員姓名： _____

我聲明： _____ (參加者姓名) 的健康及體能良好，適宜參加上述活動，如申請人因他/她的疏忽或體能欠佳，而引致於參加這個活動時傷亡，主辦機構無須負責。如果小兒/小女在活動期間發生任何意外，本人授權總會全權決定是否送小兒到醫院接受治療。貴會無須就小兒/小女的人身傷害及其他一切損失負上任何責任。

運動員簽署： _____ #家長簽署： _____

日 期： _____ #家長姓名： _____

2006 年全港技巧體操公開賽—比賽卡

參加的項目 : () 男子雙人 () 女子雙人 () 混合雙人
 () 女子三人 () 男子四人

參加者姓名 : _____

教練姓名 : _____ 電話 : _____

動作 1—ROW NO. : _____ Top table : _____	動作 2—ROW NO. : _____ Top table : _____
動作 3—ROW NO. : _____ Top table : _____	動作 4—ROW NO. : _____ Top table : _____
動作 5—ROW NO. : _____ Top table : _____	動作 6—ROW NO. : _____ Top table : _____
動作 7—ROW NO. : _____ Top table : _____	動作 8—ROW NO. : _____ Top table : _____
動作 9—ROW NO. : _____ Top table : _____	動作 10—ROW NO. : _____ Top table : _____

註：剪貼圖像於比賽卡上，單人動作第二類只須貼上文字，標明表碼及分數，計算總分並簽署。

專項動作總難度分 : _____

單人動作總難度分 : _____
 (計算：單人動作數量的總分除以同伴數量)

總難度起評分 : _____

教練簽署 : _____